ชุด ธรรมะคือความฉ่ำเย็นของชีวิต

จิตว่าง

"ทำอย่างไรจึงจะว่าง"



พุทธทาส อินฺทปญฺโญ

สำนักพิมพ์สุขภาพใจ จิตว่าง "ทำอย่างไรจึงจะว่าง" ท่านพุทธทาส

ทั้งๆ ที่ตัวจิตแท้ๆ มันก็เป็นของว่าง
อารมณ์ที่มากระทบจิต
ก็เป็นของว่าง
คือโลกทั้งโลกเป็นของว่าง

จิตว่าง

“ทำอย่างไรจึงจะว่าง”

ท่านพุทธทาส

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ
พุทธทาส.
จิตว่าง "ทำอย่างไรจึงจะว่าง".-- กรุงเทพฯ : ลายกนก [๒๕๓๙]
๘๐ หน้า.
๑. สมาธิ. ๒. ธรรมเทศนา I. ชื่อเรื่อง.
๒๙๔.๓๑๒๒
ISBN 974-89799-1-1

บรรณาธิการ ชิสา สรวิสูตร
ศิลปกรรม โปรคอมกราฟฟิค
เพลท เบอร์ลิน
พิมพ์ นวสารการพิมพ์

จัดพิมพ์

สำนักพิมพ์ลายกนก

จัดจำหน่าย

บริษัท ไพลินคอมพิวกราฟฟิค จำกัด
๒๓๐/๑ ถ.ลาดพร้าว ๙๓
วังทองหลาง บางกะปิ กรุงเทพฯ ๑๐๓๑๐
โทร. ๙๓๒๓๔๕๐, ๙๓๒๓๖๐๑, ๙๓๒๓๖๑๒
แฟ็กซ์. ๕๔๒๐๙๔๑

ราคา **๖๕** บาท

คำนำสำนักพิมพ์

ท่ามกลางความวุ่นวายของชีวิต
ในกระแสของการแข่งขันอันเชี่ยวกราก
ผู้คนต่างปรารถนามุมสงบสักมุมหนึ่ง
เพื่อผ่อนพักจากความกระเสือกกระสนร้อนรน
ธรรมะ เปรียบได้ดังสายน้ำอันฉ่ำเย็น
นำความชุ่มชื้นมาสู่จิตใจ
หากเลือกใช้ธรรมะเป็นเครื่องนำทางชีวิตแล้ว
แม้รอบข้างจะเต็มไปด้วยความสับสนทุรนทุรายเพียงไหน
"ข้างใน" ก็จะไม่รุ่มร้อนกระวนกระวายอีกเลย

บรรณาธิการ



จิตว่าง

"ทำอย่างไรจึงจะว่าง"

ถ้าประสงค์จะฟังเรื่องความว่าง ก็เป็นอันว่าเราจะพูดกันเรื่องความว่าง ในฐานะที่เป็นใจความ คือเป็นใจความของเรื่องว่าง เวลาน้อย เอาแต่ใจความ แต่ถ้าเข้าใจได้ ก็พอแล้ว



หัวข้อที่จะต้องเข้าใจไปตามลำดับนี้ ก็มีอยู่ว่า เราจะต้องทราบว่า สิ่งที่เรียกว่า "โลก" นั้น ตามธรรมดามัน "ว่าง" เป็นของว่าง ถ้าจิตรู้ว่า โลกเป็นของว่าง จิตก็พลอยว่างไปด้วย คือ เป็น จิตว่าง ไปด้วย ไม่ยึดถือ และไม่มีทุกข์ ถ้าจิตเข้าใจผิด เข้าใจโลกผิด ไม่เห็นว่าโลกเป็นของว่าง จิตก็เลยเป็นจิตวุ่น ปรุงแต่งให้วุ่น ก็เป็นทุกข์ เป็นจิตวุ่น นี่! หัวใจของเรื่องมีเพียงเท่านี้

ตามความจริงของธรรมชาติจริงแท้ ๆ นั้น โลกนี้เป็นของว่าง ถ้าจิตเห็นว่าเป็นของว่าง จิตก็ว่างเท่านั้นเอง คือ ไม่ยึดถืออะไรหมด ก็ไม่มีทุกข์, มีแต่สติปัญญาที่รู้ตามที่เป็นจริง แต่ถ้าโลกนี้มันหลอกเอาจนจิตปุถุชนเห็นเป็นของไม่



ว่างมีสิ่งที่น่ารักและน่าเกลียด; จิตนี้ก็เลยโง่ไปเผลอไป ถูกปรุงให้กลายเป็นจิตผิดปกติคือไม่ว่าง กลายเป็นจิตวุ่นขึ้นมา ก็เป็นทุกข์ นี่แหละหัวใจของเรื่องมีเพียงเท่านี้

เพราะฉะนั้นขอย้ำแล้วย้ำอีก ให้ช่วยจำไปว่า **โลกเป็นของว่าง ทีนี้ จิตจะวุ่นหรือจะว่าง มันแล้วแต่ไปมองโลกในลักษณะอย่างไร; มองโลกผิดจิตก็เป็นของวุ่นขึ้นมา; มองโลกถูกจิตก็ว่างอยู่ตามเดิม ทำอะไรไปได้โดยไม่มีความทุกข์;** เท่านี้ก็พอแล้ว พูดห้านาทีก็หมด แต่การปฏิบัตินั้นอาจจะปฏิบัติกันนานมากจนตายก็ได้ ถ้าทำไม่ได้ หรือไม่ฉลาดพอ คือจิตมันไม่ว่างได้ตามที่ควร มันวุ่นเสียเรื่อย นี่เป็นใจความโดยย่อในเบื้องต้น เป็นหัวข้อของเรื่อง



ทั้งหมด

ทีนี้จะอธิบายโดยละเอียด ที่ว่าโลกว่างนั้นเป็นอย่างไร ตามธรรมดาโลกเป็นของว่างนั้นเป็นอย่างไร. เรื่องนี้สำคัญมาก คือ มีผู้ไปทูลถามพระพุทธเจ้าว่า "ทำอย่างไรจึงจะอยู่นอกตำราของความตาย?" แต่ภาษาบาลีมีสำนวนว่า **"ทำอย่างไรมัจจุราชจึงจะมองไม่เห็นข้าพระองค์?"** หมายความว่า "ทำอย่างไรมัจจุราชจึงจะไม่จับตัวข้าพระองค์ได้?" พูดเป็นไทย ๆ ก็ว่า "ทำอย่างไรเราจึงจะอยู่นอกอำนาจของความตาย?" พระพุทธเจ้าท่านก็ตรัสว่า "สุญฺญโต โลกํ อเวกฺขสฺสุ โมฆราช สทา สโต,"–ดูก่อน! โมฆราช เธอจงเป็นผู้มีสติ **มองเห็นโลก โดยความเป็นของว่างทุกเมื่อเถิด "เอวํ โลกํ อเวกฺขนฺตํ มจฺจุราชา น ปสฺสติ" เมื่อท่าน**



มองเห็นโลก โดยความเป็นของว่างอยู่ดังนี้ มัจจุราชจักมองไม่เห็นท่าน

นี่! มีใจความอย่างนี้ เมื่อผู้ใดมองเห็นโลกโดยความเป็นของว่างอยู่, เมื่อนั้นมัจจุราชจะจับตัวผู้นั้นไม่ได้ คือไม่มีความทุกข์ ไม่มีปัญหาเกี่ยวกับความตายนั่นเอง ความตายเป็นของว่างไป ไม่มีคนก็ไม่มีทุกข์ ทั้งๆ ที่ร่างกายจะแตกตายตามธรรมชาติ ก็ไม่รู้สึกว่าเป็นความตาย หรือเป็นทุกข์ เรียกว่าไม่ยึดถือในความตาย

ใจความสำคัญอยู่ตรงที่ว่า ให้มองโลกให้เห็นว่าเป็นของว่าง ข้อนี้ไม่ใช่แกล้งมองให้เห็นว่า เป็นของว่าง คือมองให้เห็นตามที่มันเป็น



จริงว่า มันเป็นของว่าง เราโดยมากมองไม่เป็น มองไม่เห็น ก็แสร้งทำเอา แกล้งทำเอา ตลอดถึงมีคำพูด มีระเบียบให้พูดให้ท่อง หรือแม้แต่จะให้คิด ก็คิดไปตามระเบียบที่อาจารย์หรือใครบางคนเขาวางระเบียบไว้ มันก็เห็นไม่ได้ มันเป็นเรื่องแสร้งเห็นหรือแสร้งคิดอยู่เรื่อยไป เลยไม่ได้ประโยชน์ เพราะฉะนั้นต้องทำให้เป็นเรื่องจริง เป็นเรื่องถูกต้อง เห็นโลกโดยความเป็นของว่างให้ได้ แล้วก็จะหมดปัญหาเรื่องความทุกข์

เราจะมองโลกอย่างไร จึงจะเห็นว่าโลกนี้เป็นของว่าง? ชั้นแรกบางทีจะต้องพูดกันเสียก่อนว่า สิ่งที่เรียกว่าโลก โลก นั้นคืออะไร? ถ้ากล่าวได้ว่า โลก คือ ธรรมชาติทั้งหมดได้ ก็จะ



เป็นการดี ธรรมชาติทั้งหมดนี้ เรียกว่าโลก คือ ไม่ยกเว้นอะไร และเป็นอันเดียวกันกับคำว่า ธรรม ในภาษาบาลี ธรรม นี่แหละในภาษาบาลี หมายถึงธรรมชาติทั้งหมด ไม่ยกเว้นอะไร

เพื่อประโยชน์แก่การศึกษา อยากจะขอร้องให้ทบทวนความจำเกี่ยวกับคำนี้ไว้เรื่อยไป คำว่า “ธรรม”นี้ก็ตาม คำว่า “ธรรมชาติ” ก็ตาม ถ้าเราจะเล็งถึงธรรมชาติทั้งหมดแล้ว เราควรจะนึกถึงตัวธรรมชาติแท้ ๆ และตัวกฎของธรรมชาติด้วย หน้าที่ที่มนุษย์จะต้องกระทำตามกฎธรรมชาตินั้นด้วย และผลที่เกิดมาจากการทำหน้าที่นั้นๆ ด้วย มันมีอยู่ถึงสี่ชั้น ซ้อนกันอยู่



ตัวธรรมชาติแท้ ๆ ดินฟ้าอากาศ ทุกสิ่งทุกอย่างทั้งที่เป็นรูปและเป็นนาม; ที่เป็นรูปคือวัตถุ ที่เป็นตัวโลกเป็นของแข็ง, กระทั่งสิ่งที่รู้ได้ด้วยตา ด้วยหู ด้วยจมูก ด้วยลิ้น ด้วยผิวกาย นี่เรียกว่าวัตถุ; แม้แต่เสียงภาษาบาลีก็เรียกว่ารูป กลิ่นก็เรียกว่ารูป คือเป็นพวกวัตถุ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางผิวหนังนี้ จัดเป็นพวกรูปหมด ที่เราเห็นง่าย ๆ ก็เอาอย่างนี้ แผ่นดิน ต้นไม้ แผ่นฟ้า ภูเขา ดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์ ฯลฯ เป็นวัตถุ เป็นรูป นี้พวกหนึ่ง อีกพวกหนึ่งเป็นนาม คือเป็นจิตใจหมายถึงความรู้สึกนึกคิด คือ ตัวจิตที่คิดนึก อย่างนี้เรียกว่านาม เพราะฉะนั้นรูปกับนาม คือ โลก; โลกก็คือรูปกับนาม ไม่มีอะไรมากกว่านี้ แล้วถ้ามันไม่สัมพันธ์กันมันไม่มีอะไรด้วยซ้ำ; ถ้ามัน

สัมพันธ์กันระหว่างกายกับใจ รูปกับนาม มัน
จึงทำหน้าที่รู้นั่นรู้นี่ได้ โลกจึงปรากฏขึ้น เพราะ
จิตเป็นผู้รู้สึก, ถ้าจะรู้สึกตามลำพังจิตก็ไม่ได้
ต้องมีร่างกายเป็นเหมือนออฟฟิศให้มันทำงาน
เป็นที่ทำงาน มันจึงรู้ คิด นึก ได้ โลกมีขึ้นมา
เพราะจิตรู้สึกได้นั่นเอง ถ้าจิตรู้สึกไม่ได้ โลกนี้ก็
เท่ากับไม่มี; เพราะฉะนั้นสิ่งที่เรียกว่าโลก ก็คือ
รูปกับนาม ก็คือทุกสิ่งนั่นเอง ไม่ยกเว้นอะไร
วัตถุภายนอกมนุษย์ก็ดี ร่างกายของมนุษย์ก็ดี
จิตใจของมนุษย์ก็ดี รวมอยู่ในคำๆ นี้ เรียกว่า
โลกหรือธรรม ในฐานะที่เป็นธรรมชาติ ธมฺม
ธรรมะ ธรรม ในฐานะที่เป็นตัวธรรมชาตินี้ชั้น
หนึ่ง ที่เราจะต้องรู้ในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของ
สิ่งที่เรียกว่า โลก

ธรรมชาติ คือตัวธรรมชาตินั้น ยังมีกฎของธรรมชาติ อันนี้ไม่เป็นตัวเป็นตน เป็นสัจจะอันหนึ่งเรียกว่า กฎ เช่นความที่โลกนี้เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา; นี้ก็เรียกว่า กฎของธรรมชาติ หรือว่า โลกนี้ สิ่งต่างๆ นี้แหละจะต้องเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย แก้ไขไม่ได้โดยบุคคลใด บังคับไม่ได้โดยบุคคลใด, นี้ก็เรียกว่ากฎของธรรมชาติ คือว่าการที่มันจะต้องเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยนั่นแหละ เป็นความหมายที่สำคัญที่สุด

กฎอีกอย่างหนึ่ง ที่น่ากลัว ก็คือ มันไม่หยุด; ความที่มันไม่หยุด มันปรุงแต่งกันเรื่อย เรามองไม่ใคร่เห็นว่า มันปรุงแต่งกันเรื่อย ฉะนั้นต้องขยัน ขยันศึกษามองให้เห็นว่า มัน

ปรุงแต่งกันเรื่อยไม่มีหยุด เช่น เรากินอาหารเข้าไป อาหารนั้นก็เป็นเหตุ; ปรุงแต่งเนื้อหนังร่างกาย นี้เป็นผล แล้วเนื้อหนังร่างกายที่เป็นผลนี้ พอเสร็จแล้วมันก็กลายเป็นเหตุที่จะปรุงแต่งการเป็นอยู่ การกระทำ ฯลฯ ต่อไปอีก; แล้วมันก็เกิดผลอะไรขึ้นมาอีก แล้วมันก็กลายเป็นเหตุอีก นี่! มันไม่ยอมหยุดอย่างนี้ความที่มันปรุงแต่งกันเรื่อยนี้ ก็เรียกว่า กฎของธรรมชาติ

ยกตัวอย่างมาให้ฟังเพียงสามอย่างว่า กฎที่มันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา นี้ก็เรียกว่า กฎของธรรมชาติ; กฎที่มันเป็นเหตุเป็นปัจจัยแก่กันและกัน และเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย นี้ก็เรียกว่ากฎของธรรมชาติ; แล้วมันไม่ยอมหยุด มันปรุงแต่งกันเรื่อย นี้ก็เรียก

ว่ากฎของธรรมชาติ นี้ก็รวมอยู่ในคำว่าโลก

อันที่หนึ่ง ธรรมชาติ อันที่สอง กฎของธรรมชาติ ทีนี้มาถึงอันที่สามคือ หน้าที่ที่มนุษย์จะต้องกระทำให้ถูกต้องตามกฎของธรรมชาติ ลองพิจารณาดูว่าสิ่งที่เรียกว่า หน้าที่ตามธรรมชาตินี้ มันน่ากลัวเท่าไร มันสำคัญอย่างไร; นับแต่เราต้องแสวงหาอาหารการกิน ต้องบริหารร่างกาย ต้องเยียวยาความเจ็บไข้ ไหนจะต้องสืบพันธุ์ ไหนจะต้องหนีอันตราย ไหนจะต้องขวนขวายดับทุกข์นานาประการ กระทั่งดับทุกข์หมด; นี้เป็นหน้าที่ตามกฎธรรมชาติ ซึ่งหลีกเลี่ยงไม่ได้; เราจึงมีหน้าที่วุ่นวายเป็นประจำวันกันทุกคน ซึ่งมีอยู่ในโลก ฉะนั้นจึงถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของโลก การปฏิบัติตามหน้าที่



ต่าง ๆ หน้าที่บริหารร่างกาย หน้าที่ทำมาหาเลี้ยงชีวิต กระทั่งหน้าที่อื่น ๆ; อันที่สามนี้ก็รวมอยู่ในคำว่าโลก เป็นส่วนหนึ่งของคำว่าโลก

อันสุดท้าย เรียกว่า ผลที่ได้รับ ได้รับมาเป็นเงินเป็นทอง เป็นเข้าของเป็นเกียรติยศชื่อเสียง ฯลฯ อะไรก็ตามทางฝ่ายโลก ๆ นี้; บางทีก็ถูกใจ บางทีก็ไม่ถูกใจ กระทั่งถ้าเราปฏิบัติหน้าที่ทางธรรมะสูงสุด เราก็ได้รับ มรรค ผล นิพพานมา นี่เรียกว่าผลที่ได้รับตามธรรมชาติ มองดูกันอย่างเป็นหลักใหญ่ ๆ แล้วมีอยู่เป็นสี่ชั้นอย่างนี้

ทบทวนอีกทีว่าก็ว่า ตัวธรรมชาติเอง ตัวกฎของธรรมชาตินั้น ตัวหน้าที่ที่มนุษย์ต้องทำ



ตามธรรมชาตินั้น และผลที่มนุษย์ได้รับจาก การกระทำตามธรรมชาตินั้น ทั้งหมดนี้ถ้าเรียก สั้น ๆ ก็รวมเรียกในคำว่า โลก เหมือนกัน

เราต้องมองดูโลกในลักษณะที่กว้างอย่าง นี้ จึงจะเข้าใจได้ดี ทีนี้ เราจะมองมันในแง่ที่ ว่า "ว่าง" โลกทั้งหมดนี้ ตัวธรรมชาติก็ดี กฎ ธรรมชาติก็ดี หน้าที่ก็ดี ผลที่เกิดขึ้นก็ดี ให้มอง ดูในลักษณะที่เป็น ของว่าง;

มีพระบาลีพุทธภาษิตระบุไว้ชัดว่า ว่าง นี้หมายความว่า เพราะว่างจากตัวตน และ ว่างจากความเป็นของตน ว่างจากตัวตน คือ ว่างจากอัตตา; ว่างจากของตน คือว่างจากอัต- ตนียา มีอยู่สองคำที่เป็นภาษาบาลี อัตตา แปล

ว่า ตัวตน; อัตตนียา แปลว่า ของตน โลกทั้งหมดนี้ว่างจากตัวตน ว่างจากของตัวตน เพราะไม่มีส่วนไหนเลยที่จะเป็นตัวตนอันแท้จริงได้ นี่อย่าเพ่อพูดถึงความคิดของเรา อย่าเพ่อพูดถึงความรู้สึกของปุถุชน พูดถึงตัวธรรมชาติแท้ ๆ ก่อน

มัน ว่างจากตัวตน ก็คือว่า ไปดูเถอะที่ส่วนไหน ๆ มันเป็นตัวตนไม่ได้; เช่น เพราะมันไหลเรื่อยตามกฎที่ว่ามันปรุงแต่งกันเรื่อย มันไม่ยอมหยุด มันเหมือนกับของไหลเรื่อย เช่น ความคิดในใจของเรานี้ มันก็ไหลเรื่อยไป ดันมาเป็นการกระทำ ผลักมาเป็นการกระทำ; มันก็มีการกระทำเรื่อย ไหลเรื่อย



ทีนี้ที่ไม่มีชีวิตวิญญาณ เช่น ก้อนหิน ก้อนดิน ฯลฯ นี้มันก็ไหลเรื่อย คือความเปลี่ยนแปลงจากความที่ทีแรกไม่เคยมีอยู่ มันก็มีขึ้นมา; แล้วมันก็เปลี่ยนแปลงไป จนกระทั่งไม่มีอีก ไม่ปรากฏอีก อย่างนี้เรียกว่า มันไหลเรื่อย ในลักษณะอย่างนี้ เพราะฉะนั้นรูปธรรมล้วน ๆ นี้ก็ไหลเรื่อย นามธรรมล้วนๆ นี้ก็ไหลเรื่อย เอามารวมกันเข้าทั้งรูปธรรมนามธรรม มันก็ยังไหลเรื่อยอยู่นั่นเอง; ไม่มีระยะไหนที่เป็นของตายตัวแน่นอนลงไปนานพอที่จะบัญญัติว่าเป็นตัวตนได้ มันมีแต่ไหลเรื่อย ฉะนั้นจึงว่าว่างจากตัวตน ทีนี้มันว่างจากตัวตนแล้ว มันก็ไม่มีเวลาหรือส่วนไหนที่จะให้ใครเข้าไปยึดครองได้ว่าเป็นของตน; ดังนั้นมันจึงว่างจากของตนอีกทีหนึ่ง ว่างจากตัวตนด้วย ว่างจากของตนด้วย



อย่างนี้ทั้งหมด

เพื่อเข้าใจให้ดี ให้ประจักษ์ชัด ไม่ใช่เพียงแต่จำได้ตามที่อาตมาพูด; ต้องไปมองดูด้วยตนเองจนเข้าใจชัดว่า; ธรรมชาติก็ดี ว่างจากตัวตน ของตน กฎธรรมชาติก็ดีว่างจากตัวตน ของตน หน้าที่หรือการกระทำของมนุษย์ตามกฎธรรมชาตินั้นก็ดี ก็ว่างจากตัวตนของตน, ผลที่เกิดขึ้นมาก็ว่างจากตัวตนของตน

ทีนี้มามองดูร่างกาย ตัวเรา ที่กำลังนั่งอยู่ที่นี่ด้วยกัน; "ทุกคนมีร่างกาย มีจิตใจ มีความรู้สึกคิดนึกได้ ก็เลยคิดว่าเป็นตัวตน เพราะฉันคิดนึกได้ ฉันทำอะไรก็ได้ตามต้องการ" นี่ก็เพราะเขาไม่รู้ว่า นั่นแหละ คือ ความปรุงแต่ง

ปรุงแต่งกันเรื่อยไม่ยอมหยุด และเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยเรื่อย; มันจึงเกิดร่างกาย เกิดความรู้สึกคิดนึก แล้วก็ไหลไปเรื่อยจนเป็นการกระทำ มีผลของการกระทำ มันไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริงที่เด็ดขาดของใคร มีแต่การถูกปรุงแต่งไปเรื่อย; ร่างกายปรุงแต่งจิต แล้วจิตก็ถูกปรุงแต่งจากรูป เสียง กลิ่น รส ฯลฯ ที่เข้ามาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ฯลฯ นี่มันปรุงแต่งเรื่อย ผลักไสไปเรื่อย; แม้คนเป็น ๆ นี้ ก็ว่างจากตัวตนมีแต่การไหลเรื่อยของสิ่งที่เป็นธรรมชาติตามกฎของธรรมชาติ ตามเหตุตามปัจจัยของสิ่งเหล่านี้

เราจึงเห็นว่า คนนี้แหละว่างจากตัวตน; แล้วสิ่งที่คนคิดว่าเป็นของตน บ้านเรือน เงิน

ทอง ฯลฯ มันก็มีลักษณะอย่างเดียวกับตัวเจ้าของนั่นเอง คือไหลเรื่อยเหมือนกัน เพราะฉะนั้นจึงว่างจากของตน รวมกันหมดทั้งโลกก็คือ โลกนี้ว่าง พระพุทธเจ้าท่านต้องการให้มองโลกในลักษณะอย่างนี้ เรียกว่า จงเห็นโลกโดยความเป็นของว่างทุกเมื่อเถิด แล้วมัจจุราชก็จะไม่เห็นท่าน; ข้อที่ว่ามัจจุราชไม่เห็นท่านนี้ คือ อยู่เหนือความตาย อยู่เหนืออะไรๆ หมด ก็เป็นพระอรหันต์นั่นเอง

เราจับใจความให้ได้ส่วนแรกที่สุดเสียก่อนว่า โลกนี้เป็นของว่าง ว่างจากอะไร? ว่างจากตัวตน, ว่างจากของตน แล้วก็เข้าใจคำว่า "โลก" ให้ดีๆ อย่าเข้าใจแต่เพียงว่า โลกคือก้อนดินกลมๆ โลกกลมๆ นี้ ต้องเข้าใจเป็นสิ่



ชั้นอย่างที่ว่ามาแล้วคือ ธรรมชาติเอง กฎธรรม-ชาติ หน้าที่ตามธรรมชาติ ผลที่สร้างสรรค์ขึ้นจากหน้าที่นั้นๆ นี้รวมกันคือโลก

เป็นอันยุติได้ชั้นหนึ่งแล้วว่า "โลกนี้โดยแท้จริงเป็นของว่าง"; เพราะว่างจากตัวตน และของตน ที่นี้มนุษย์คนหนึ่งๆ ที่เป็นส่วนนิดๆ ของโลกนั้น ในนั้นมันมีร่างกาย มีจิตใจ ที่ปรุงแต่งได้ต่างๆ นานา แล้วแต่ว่ามันอยู่ในสภาพอย่างไร มันก็เป็นมาตามธรรมชาติที่จะทำให้โง่หรือให้ฉลาด; แต่ส่วนมากมันเป็นไปในทางโง่ก่อน; เพราะว่าพอมีอะไรเข้ามาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น หรือทางสัมผัสผิวหนัง สู่จิตใจแล้ว **มันก็มีความปรุงแต่งไปในทำนองที่ให้รู้สึกว่า นี้ถูกกันกับเรา นี้ไม่ถูกกันกับเรา คือ นี้**

น่ารัก น่าพอใจ, นี้ไม่น่ารัก ไม่น่าพอใจ, อย่างนี้แหละมันปรุงแต่งจิตให้เกิดรักข้างนี้ แล้วเกลียดข้างนั้น; อย่างนี้แล้วมันก็คือ โง่ หลง สร้างตัวตนขึ้นมาโดยไม่มีความจริง โดยไม่มีของจริง มันสร้างได้เป็นความรู้สึกขึ้นมาว่าเป็นตัวตน; นี่! ตัวตนนี้น่าเกลียด ตัวตนนี้น่ารัก เป็นสัตว์ เป็นสิ่งของ เป็นวัตถุ เป็นบุคคล เป็นที่รัก และที่ไม่รัก นี่ก็เรียกว่าเกิดเวทนา เกิดตัณหา เกิดอุปาทาน เป็นตัวเป็นตนขึ้นมาแล้ว

ความรู้สึกที่ว่าตน ๆ นั้น เป็นเรื่องลม ๆ แล้ง ๆ ทั้งนั้น; แต่มันรู้สึกได้ มันก็ต้องว่าเป็นเรื่องจริง; เพราะมันรู้สึกอยู่จริง ๆ ว่า ฉัน หรือกู มีอย่างนั้น มีอย่างนี้ เป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนี้ และนั่น นี่ เป็นของฉัน; มันก็สร้างฉัน หรือของ



ฉัน, สร้างตัวตน หรือของตน ขึ้นมาได้เต็มที่สูงสุดในจิตที่โง่ที่หลงนั้น; ต้องกำหนดสังเกตว่าในจิตที่โง่ ที่หลงนั้น; เพราะจิตนั้นถูกปรุงไปในทางให้โง่ ให้หลง ตั้งแต่แรกคลอดแรกเกิดมาทีเดียว

ถ้าเป็นเด็กในครรภ์เสียเรื่อย จนไม่รู้ว่าสุข ทุกข์ ดี ชั่ว หนาว ร้อน ฯลฯ มันก็ไม่มีทางที่จะปรุงเป็นตัว หรือของตนได้; แต่เมื่อเด็กคลอดออกมาแล้ว มันมีความเจริญ มีความรู้สึกก้าวหน้า มันจึงถูกปรุงไปในทางให้รู้สึกว่า นี่น่ารัก นี่ไม่น่ารัก นี่เอร็ดอร่อย ฯลฯ ถ้าถูกกันกับความรู้สึก ก็ชอบก็รัก ถ้าไม่ถูกกับความรู้สึก ก็ไม่ชอบ ไม่รัก; มันเกิดแยกกันขึ้นเป็นสองฝ่ายแล้ว จนกระทั่งเกิดมีความรู้สึกที่พอจะแบ่งแยก

สิ่งต่างๆ ออกเป็นสิ่งดีสิ่งชั่ว ก็เลยนิยมในสิ่งดี ไม่นิยมในสิ่งชั่ว นี่ตามความรู้สึกที่แท้จริงเป็นอย่างนี้ เขานิยมอะไรกันว่าดี ก็นิยมสิ่งนั้นไปว่าดี; แล้วก็ถูกปรุงแต่ง แวดล้อมมาจากภายนอกให้เข้าใจว่านี่ดี หรือให้เข้าใจไปว่า นี่ชั่ว นี่มันก็เป็นเรื่องสมมติ หรือตามที่เข้าใจกันอยู่ในหมู่คนที่หลงด้วยกันทั้งนั้น; เพราะว่าโดยที่แท้แล้ว มันว่าง มันไม่ดี ไม่ชั่ว คือมันว่าง แต่พอหลงขึ้นมาแล้ว ก็แยกส่วนหนึ่งที่ถูกใจตัวนิยมกันว่าดี;

ส่วนที่ไม่ถูกความต้องการของตัว นิยมกันว่าไม่ดี; นี่เราก็เกิดความเข้าใจแยกเป็นสองทาง เป็นมีดี กับ มีไม่ดี มีดี มีชั่ว มีบุญ มีบาป มีสุข มีทุกข์; และความรู้สึกยึดถือ ว่า ตัวตนว่าของตน มันก็แน่นหนาแน่นแฟ้นขึ้นมาทุก



ที่; แล้วเราก็มีปัญหามากขึ้นทุกทีที่จะต้องแก้แล้ว ปัญหานี่แหละ คือตัวความทุกข์ ปัญหาเรื่องทางดีก็มีทุกข์ไปในแง่ว่า ทำอย่างไรจึงจะได้ดี; ปัญหาเรื่องทางชั่วมันก็มีว่า ละมันไม่ได้ก็เป็นทุกข์ ก็ทรมาน แต่ถ้ามีความรู้สึกถูกต้องอยู่ตามเดิม คือว่าง หรือไม่ดี ไม่ชั่วแล้ว มันไม่มีปัญหาเลย

ตอนนี้ขอแทรกเวลาพิเศษหน่อยว่า เราอย่าไปดูถูกศาสนาคริสเตียน หรือศาสนายิวก็ตาม เขาพูดมาสามพันปีกว่าแล้วในคัมภีร์สร้างโลก (ตาม Genesis ในไบเบิ้ล (Bible)) ว่า ทีแรกพระเจ้าสร้างโลกขึ้นมาแล้ว พระเจ้าได้สร้างคนขึ้นมาในโลก คือ อาดัม กับ อีฟ *มนุษย์ที่ถูกสร้างขึ้นมานี้ ไม่มีความทุกข์เลย* พระเจ้าให้

อยู่ในสวนที่สบายที่สุดแต่ได้สั่งไว้ว่าอย่าไปกินผลไม้ต้นนั้นเข้า สองคนนี้ก็อยู่ในสวนนั้นด้วยความผาสุกอย่างยิ่ง วันหนึ่งมีสิ่งที่เรียกว่าพระ–ยามาร หรือซาตาน มาในรูปของงูมาล่อหลอกจนสองคนนี้กินผลไม้ต้นที่ห้ามนั้นเข้าไปได้ ทีนี้มันก็เกิดเรื่อง คือว่าอาดัมกับอีฟ ได้เข้าไปซ่อนตัวอยู่ในสุมทุมพุ่มไม้เสียแล้ว; เพราะเมื่อกินผลไม้นั้นเข้าไปแล้ว เกิดความรู้สึกว่านุ่งผ้า ไม่นุ่งผ้า ขึ้นมาแล้ว ก่อนแต่จะกินผลไม้นั้น มันไม่รู้สึกว่านุ่งผ้า หรือไม่นุ่งผ้า พอมันกินผลไม้นั้นเข้าไป มันเกิดรู้สึกเป็นความรู้ขึ้นมา; รู้จักแยกเป็นนุ่งผ้า ไม่นุ่งผ้า รู้จักแยกเป็นดีหรือชั่ว เป็นหญิงหรือเป็นชาย มันจึงเกิดความละอาย เข้าไปซ่อนตัวอยู่ในพุ่มไม้ พระเจ้ามาพบสองคนนี้ตามเคย แต่วันนี้ทำไมหายไปไหน ไม่เห็น จึง



ตะโกนเรียก มันก็ขานอยู่ในพุ่มไม้นั้น ไม่ออกมา พระเจ้าจึงถามว่า ทำไมไม่ออกมา มันก็ว่าละอาย เปลือย ไม่นุ่งผ้า **พระเจ้ารู้ได้ทันทีว่าสองคนนี้ได้กินผลไม้นั้นเข้าไปแล้ว จึงถามว่าวันก่อนทำไมไม่รู้ วันนี้ทำไมจึงรู้ มันก็จนแต้มต้องสารภาพว่าได้กินผลไม้นั้นเข้าไปแล้ว** The tree of knowledge -ผลไม้ที่ทำให้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร พระเจ้าเลยสาปให้สองคนนี้มีความทุกข์ตลอดกาล **คือให้มนุษย์นี่แหละคือความทุกข์ตลอดกาล ผัวเมียคู่แรกสองคนนี้มีพืชพันธุ์ ออกมาก็ล้วนมีความทุกข์ตลอดกาล**

นี่แหละ คิดดูให้ดีจะเข้าใจได้ คือ ก่อนแต่จะรู้สึกว่า เป็นหญิง หรือเป็นชาย นุ่งผ้าหรือไม่นุ่งผ้า ดีหรือไม่ดี ก่อนแต่จะรู้สึกอย่างนี้



ไม่มีปัญหาอะไร มนุษย์เราสบาย คือว่างอยู่นั่นเอง พอเกิดมารู้ว่า นี่ดี นี่ไม่ดี นี่หญิง นี่ชาย นี่นุ่งผ้า นี่ไม่นุ่งผ้า มีปัญหาขึ้นมาทันที ล้วนแต่เป็นเรื่องของความทุกข์ พวกคริสเตียนเองอาจไม่เข้าใจความหมายอย่างนี้ก็ได้ ไปถือเอาตัวหนังสือแล้ว จะมาบอกให้เราเชื่อ เราก็ไม่เชื่อ

ทีนี้เราในฐานะที่เป็นพุทธบริษัท เรามองให้เห็นธรรมชาติ หรือธรรมะในลักษณะที่กว้างและลึก; เรามองกันในลักษณะอย่างนี้แล้ว เราจึงรู้สึกว่าเขาพูดถูกเรื่องราวนั้นถูกต้องอย่างยิ่ง เพียงแต่พูดไว้ในลักษณะที่เป็นบุคลาธิษฐาน มันต้องแปลความหมาย ถ้าไม่แปลความหมาย มันก็เป็นเรื่องที่โง่เหลือเกิน



เป็นนิยายที่เชื่อไม่ได้ แต่ถ้าแปลความหมายถูกต้อง เป็นธรรมาธิษฐานแล้ว มันก็เหมือนกับเรานี้ ก่อนแต่ที่เราจะไปยึดถือว่า ดี ชั่ว บุญ บาป สุข ทุกข์ หญิง ชาย ฯลฯ, มันก็ไม่มีความทุกข์; แต่พอเกิดยึดถือขึ้นมาเท่านั้น ก็มีความทุกข์ทันที ทันควัน ทันทีเลย; เพราะฉะนั้นวันหนึ่งไปยึดถือเรื่อง บุญ บาป ดี ชั่ว สุข ทุกข์ หญิง ชาย ฯลฯ ขึ้นมากี่ครั้งในวันหนึ่ง มันก็เป็นทุกข์เท่านั้นครั้ง ไม่มีใครช่วยได้ นี่จะเห็นได้ว่าความรู้สึกที่แบ่งแยกเป็นเรื่องดี ชั่ว รักหรือเกลียดนี้คือความโง่ ถ้าเราคงเฉยอยู่ได้ทั้งสองประการในเรื่องที่มาหลอกให้หลงรัก ก็เฉยอยู่ได้; ในเรื่องที่มาล่อให้เกลียด ก็เฉยอยู่ได้; นี่ก็คือว่างอยู่ตามเดิม ไม่มีอะไรแบ่งแยกเป็นคู่; นั่นแหละคือรู้ความจริงว่า มันว่างอยู่เสมอ มัน



ก็ไม่เป็นทุกข์ไม่วุ่น

ทีนี้ มันก็ประหลาดเหมือนกันที่ว่า ยิ่งมีอะไรมาแตะต้อง มาแวดล้อม มาสัมผัสมากขึ้น ก็ยิ่งโง่มากขึ้น; ยิ่งแบ่งแยกยึดถือเป็นเรื่องดีมาก ๆ ชั่วมาก ๆ หรือว่าสุขมาก ๆ ทุกข์มาก ๆ อะไรมากขึ้นจนวนเวียนกันไปหมด; มันมีเรื่องมากมาย มันก็เลยวุ่นใหญ่ แล้วก็เป็นทุกข์มาก วันเดียวเท่านั้น ก็มีตั้งหลายร้อยเรื่องก็ได้–ความวุ่น–เรียกว่าจิตนี้ได้โง่เสียแล้ว ได้ไม่ว่างเหมือนเดิมเสียแล้ว **รูปเข้ามาทางตา ก็กระทบกระทั่งให้เสียสมดุล เสียความปกติของมัน มันก็ต้องเอียงไปข้างหนึ่ง เป็นเรื่องรักหรือไม่รัก เข้ามาทางหูก็เหมือนกัน กระทบทางหูเป็นเสียงไพเราะ หรือไม่ไพเราะ; จิตนี้มันก็โง่**

คือเสียสมดุล เอียงไปข้างใดข้างหนึ่ง เหมือนกับเป็นคลื่น เหมือนกับน้ำเรียบ ๆ ถูกลมกระทบก็เกิดเป็นคลื่นขึ้นมา; มันก็เอียงไปทางรัก หรือทางเกลียด มีสองอย่างเท่านั้น คู่มันมีสองอย่างเท่านั้น ดีชั่ว บุญบาป สุขทุกข์ อะไรก็ตามมีสองอย่างเท่านั้น อันหนึ่งน่ารัก อันหนึ่งน่าเกลียด มันกระเพื่อมอยู่ด้วยสองอย่างนี้ ทีนี้จิตมันก็วุ่นสูญเสียความว่าง; ในจิตที่วุ่นจนสูญเสียความว่างไปแล้วนี้ มันเต็มอยู่ด้วยอะไร มันจึงเรียกว่าไม่ว่าง?

มีคำกล่าวว่า "ราค โทส โมเหหิ สุญฺญ-ตา สุญฺญโต" ที่เรียกว่าว่างนั้น เพราะว่างจากราคะ โทสะ โมหะ แล้วประโยคตรงกันข้ามก็ว่าที่ว่าไม่ว่างนั้นเพราะมีราคะ โทสะ โมหะ อย่าง



ใดอย่างหนึ่ง; เพราะสิ่งคู่ๆ คือ ดีชั่ว บาปบุญ ฯลฯ ที่เราไปหลงเข้านี้ ไปหลงแยกเข้า เลยยึดถือว่านี่น่ารัก นี่น่าเกลียด

ในบางกรณีทำให้เกิดสิ่งที่เรียกว่า ราคะ คือความกำหนัดรัก ความรู้สึกอันนี้ทำให้เข้าไปคว้าเอามา คือ ดึงเข้ามาหาตัว; นี่สิ่งที่เรียกว่า ราคะ คือ ความรู้สึกที่จะดึงเข้ามาหาตัว

ส่วนความรู้สึกที่เรียกว่า โทสะ หรือโก–ธะ นั่นคือ ความรู้สึกที่จะผลักออก ผลักออกให้กระเด็นออกไป; นี่เรียกว่า โทสะหรือโกธะ ถ้าเป็นโลภะ หรือ ราคะ ก็คือความรู้สึกที่จะดึงเข้ามาหาตัว เอามากอดรัดไว้กับตัว; นี่เรียกว่า โลภะ ถ้าเป็นโทสะนั้นมันตรงกันข้าม มันจะ



ผลักออกไป คือเป็นความรู้สึกที่ตรงกันข้ามกับราคะ

ส่วนที่เรียกว่า โมหะ นั้น คือ มืดมัว หลงใหล ไม่รู้ว่าจะดึงเข้ามาหาตัวดี, หรือจะผลักออกไปดี; จึงได้ลักษณะเหมือนกับว่า วนเวียนอยู่รอบ ๆ ด้วยความสงสัย ด้วยความฉงนสนเท่ห์ ด้วยความเป็นห่วง ด้วยความทึ่งสนใจ อย่างนี้ไม่ใช่ดึงเข้ามาหาตัว หรือไม่ใช่ผลักออกไป เรียกว่า วน ๆ เวียน ๆ อยู่รอบ ๆ นี่คือโมหะ

เพราะฉะนั้นเมื่อรูปเข้ามาทางตา เสียงเข้ามาทางหู กลิ่นเข้ามาทางจมูก รสเข้ามาทางลิ้น โผฏฐัพพะ เข้ามาทางสัมผัสทางผิวกาย; ถ้าจิตของคนนั้นโง่ไป หลงไป มันก็เกิด



อาการอย่างนี้; บางทีก็เป็นราคะ บางทีก็เป็น โทสะ บางทีก็เป็นโมหะ แล้วแต่กรณี ถ้าเกิด ราคะ โทสะ โมหะแล้ว มันก็เรียกว่า เต็มอยู่ ด้วยราคะ โทสะ โมหะ คือไม่ว่าง; วุ่นอยู่ด้วย ราคะบ้าง วุ่นอยู่ด้วยโทสะบ้าง วุ่นอยู่ด้วย โมหะบ้าง ถ้าว่างก็ต้องถือตามบาลีที่ว่า ราค โทส โมเหหิ สุญฺญตา สุญฺญโต–เรียกว่าว่าง เพราะว่างจากราคะ โทสะ โมหะ

เราจะเห็นได้ทันทีว่า:– ที่ไม่ว่าง ที่เกิด ราคะ เกิดโทสะ เกิดโมหะนี้ มันเกิดขึ้นเป็น คราว ๆ เป็นของคราว ๆ เป็นครั้งเป็นคราว ที่ เห็นรูปบ้าง ที่ฟังเสียงบ้าง ที่ได้กลิ่นบ้าง ที่ได้รส บ้าง ฯลฯ เป็นคราว ๆ; ราคะ โทสะ โมหะ เกิด ขึ้นตามสมควรแก่อารมณ์นั้น ๆ ตั้งอยู่ชั่วขณะ



ตามเหตุตามปัจจัยของมัน อยู่นานบ้าง ไม่สู้จะนานบ้าง นิดเดียวบ้าง; นี่เรียกวุ่น ระยะนี้เรียกว่าวุ่น แต่ในที่สุดมันก็กลับว่างไปจากราคะ โทสะ โมหะอีก จนกว่าจะมีเรื่องอื่นมากระทบทางตา ทางหู หรือทางจมูก อะไรอีก มันก็วุ่นไปอีก; เป็นอย่างนี้สลับกันไป นี่เรียกว่า เป็นจิตวุ่น

ทั้ง ๆ ที่ตัวจิตแท้ ๆ มันก็เป็นของว่าง อารมณ์ที่มากระทบจิต ก็เป็นของว่าง คือโลกทั้งโลกเป็นของว่าง, เหมือนที่ได้พูดมายืดยาวแล้วในตอนแรกว่า โลกทั้งโลกเป็นของว่าง รวมทั้งร่างกายและจิตใจนี้ด้วย ทีนี้ความว่างนั้นถูกอะไรกระทบเข้า กระเพื่อมเป็นคลื่นขึ้นมา เป็นราคะบ้าง เป็นโทสะบ้าง เป็นโมหะบ้าง



ขณะนั้นมันก็วุ่น: ความทุกข์มันก็อยู่ที่นั่นแหละ มันก็ชั่วผิว ๆ อยู่ที่นั่น ชั่วที่มันวุ่นกระเพื่อมขึ้นมาคราวหนึ่ง ๆ เพราะฉะนั้นความทุกข์นั้นมันก็พลอยเป็นของว่างไปด้วยเหมือนกัน: และมันก็เป็นของว่างอยู่แล้วเหมือนกัน แต่ว่าของว่างชนิดนี้ปฏิกิริยาของมันที่แสดง คืออาการที่เป็นทุกข์แล้วเราทนไม่ไหว เราทนไม่ได้ ปัญหามันจึงเกิดขึ้น

เมื่อมีความทุกข์ คือเกิดราคะ โทสะ หรือโมหะ แล้วก็เป็นปัญหาที่มนุษย์ทนไม่ได้ ก็ต้องแสวงหาวิธีแก้ไขเยียวยา ถ้าไม่รู้มันก็ไม่แสวงหาวิธีแก้ไขเยียวยา: มันก็อยู่อย่างนั้น ยอมจมอยู่อย่างนั้น คือเป็นมนุษย์ธรรมดา เป็นปุถุชนอย่างยิ่ง ปุถุชนที่ดีที่จะเป็นไปในทางสูง



ทางดี ก็ไม่ยอมทน; ก็คิดค้นหาทางแก้ แก้กันนมนานยืดยาวจนกระทั่งพบ ก็คือพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าทรงค้นพบเรื่องราวอันนี้ พบข้อเท็จจริงอันนี้ คือข้อเท็จจริงว่า อ้อ! เป็นอย่างนี้ ที่ว่าทีแรกโลกทั้งโลกเป็นของว่าง: เมื่อมีอะไรมากระทบปรุงแต่งส่วนหนึ่งของโลก คือ จิต แล้วมันเกิดเป็นคลื่นกระเพื่อมขึ้นมาเป็น ราคะ โทสะ โมหะ; แล้วมีผลเป็นปฏิกิริยา คือ ความเผาตัวมันเอง

เราจะต้องมีวิธีทำ คืออย่าให้โง่จนเกิดราคะ โทสะ โมหะขึ้นมาได้; เรารู้ข้อเท็จจริงว่าโลกว่างอยู่ตลอดเวลา ทุกสิ่งเป็นของว่าง เราจะต้องมีสติในข้อนี้อยู่เรื่อย มีอะไรมากระทบทางตา ก็หัวเราะเยาะได้ กระทบทางหูก็หัวเราะ

เยาะได้ ฯลฯ หัวเราะนี้ไม่ใช่หัวเราะจะเอา ไม่ใช่หัวเราะยินดี คนละหัวเราะ นี่แหละธรรมะช่วยให้ปกติอยู่ได้ ให้มั่นคงอยู่ได้ ให้ว่างตามเดิมอยู่ได้

พระพุทธเจ้าท่านได้ตรัสรู้ก็คือได้ตรัสรู้ข้อนี้, ข้อที่ว่าเป็นทุกข์เพราะความยึดมั่นถือมั่นเกิดขึ้นมา, ยึดมั่นถือมั่นในรูปของราคะก็มี, ยึดมั่นถือมั่นในรูปของโทสะก็มี, ยึดมั่นถือมั่นในรูปของโมหะก็มี เพราะฉะนั้นการดับทุกข์ก็คือการดับความยึดมั่นถือมั่น นั่นเอง และวิธีที่ดีที่สุด ก็คือ อย่าให้มันเกิด ถ้ามันจะเกิดก็ดับมันทันที ทำอย่าให้มันเกิดได้ จึงจะเป็นการถูกต้องที่สุด เพราะฉะนั้นจึงตรัสว่าหลุดพ้นจากทุกข์ คือไม่ทุกข์ เพราะไม่ยึดมั่น

อนุปาทานวิมุจฺจนฺติ หลุดพ้นจากทุกข์เพราะไม่ยึดมั่น

ทีนี้มาถึงว่า จะหลุดพ้นได้อย่างไร? หลุดพ้นได้ด้วยความรู้ที่ถูกต้อง จึงตรัสว่า สมฺมาทิฏฺฐิ สมาทานา สพฺพํ ทุกฺขํ อปจฺจคุ หลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้ เพราะสมาทานสัมมาทิฏฐิ สัมมาทิฏฐิ ก็คือ ความรู้อันถูกต้องว่าโลกเป็นของว่าง ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น; นี่คือสัมมาทิฏฐิยอดสุด สัมมาทิฏฐินี้บางทีไม่เรียกชื่อว่าสัมมาทิฏฐิ บางทีเรียกว่าปัญญา; ฉะนั้นจึงมีประโยคบางประโยคที่ตรัสไว้ว่า ปญฺญาย ปริสุชฺฌติ ย่อมบริสุทธิ์จากความทุกข์ได้ เพราะปัญญา



ขอให้ถือเป็นหลักว่า การที่จะเอาตัวรอดได้นั้นต้องมีปัญญา คือความรู้ที่ถูกต้อง ไม่ใช่ปัญญาคดโกง แต่เป็นปัญญาบริสุทธิ์ ถ้าจะเรียกให้ปลอดภัยควรเรียกว่าสัมมาทิฏฐิจะดีกว่า ถ้าเรียกว่าปัญญาแล้ว มันมีความหมายกำกวม; บางทีมันเป็นปัญญาเฉโก คือปัญญาฉลาดในทางที่จะคดโกง แต่ถ้าเรียกว่า สัมมาทิฏฐิแล้ว ดิ้นไม่ได้ ย่อมเป็นไปในทางถูกต้องล้วน เพราะฉะนั้นระวังคำว่าปัญญาให้ดี ๆ; ล่อลวงเก่ง หลอกลวงเก่งก็เรียกว่ามีปัญญาเหมือนกัน; ปัญญาอย่างนี้ใช้ไม่ได้ แต่ถ้าเป็นปัญญาบริสุทธิ์แล้ว ก็คือสัมมาทิฏฐิ สัมมาทิฏฐิ ก็คือ การเห็นตามที่เป็นจริงว่า โลกนี้เป็นของว่าง; เพราะว่ามันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มันมีเหตุมีปัจจัย ไม่ใช่เป็นตัวมันเองที่เป็นอิสระ; มันเป็นสิ่งที่



เหตุปัจจัยสร้างมา แล้วมันปรุงแต่งกันเรื่อย คือมันไหลเรื่อย

ถ้าความรู้อันเด็ดขาดตายตัวอยู่ในจิตในสันดานแล้ว ก็เป็นที่แน่นอนว่ามันเหมือนกับมีกำแพงกั้นไม่ให้อะไรเข้ามากระทบได้ จิตคงว่าง จำปรารถนาทุกกรณี "สติ" แปลว่าสติ ปตฺถิยา แปล อันบุคคลพึงปรารถนา สพฺพตฺถ แปลว่าในทุกกรณีในทุกเวลาในทุกสถานที่ "สติ สพฺพตฺถ ปตฺถิยา" จำไว้ให้แม่นๆ ว่า สตินี้เป็นสิ่งจำประสงค์ทุกเมื่อ ทุกกรณี ทุกสถานที่

ถ้าสติที่ถูกต้องสมบูรณ์เพียงพอมีอยู่แล้ว มันกันไม่ให้สิ่งที่มากระทบนั้นปรุงแต่งจิตใจได้ มาทางตาก็กระเด็นออกไป มาทางหูก็

กระเด็นออกไป มาทางจมูกก็กระเด็นออกไป ฯลฯ หมายความว่า พอตาเรามองเห็นสิ่งใดที่เคยทำให้เรารัก; สติก็มาทันท่วงที ทำให้เราเฉยอยู่ได้ ไม่หลงรัก สิ่งที่เคยมาทำให้เราเกลียด โกรธ ร้อน ฯลฯ เราก็ไม่เกลียด ไม่โกรธ ไม่ร้อน ฯลฯ แม้ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ฯลฯ ก็เหมือนกัน; แม้ที่แต่โดยทางที่ใจมันจะคิดขึ้นมาเอง โดยไม่ต้องมีตา หู ฯลฯ ทำงาน; บางเวลาใจเราคิดนึกไปเอง คิดนึกไปในทางไหนทำให้ใจเกิดความรักขึ้นมา คิดนึกไปทางไหน ทำให้ใจเกิดความเกลียดขึ้นมา ต่อแต่นี้ คือเมื่อมีสติแล้วมันก็ไม่เป็นอย่างนั้น พอความคิดจะเดินมาตามแนวเดิม สติมันก็รู้ทันเสียก่อน มันหยุดเสียมันหัวเราะเยาะเสีย แล้วมันตะเพิดไปเสีย คล้าย ๆ กับมันว่า "อ้าว! มาอีกแล้ว" เท่านี้พอแต่ให้มัน



เกิดทันควันเท่านั้น มาเพื่อให้รัก "มาเพื่อให้เกลียดอีกแล้ว" นี่เราก็ไม่เล่นด้วยเราคงว่างอยู่ตามเดิม

นี่เรียกว่าสติ ต้องการในที่ทุกแห่ง, ต้องการในที่ทุกแห่งก็คือว่า ให้สตินี้เอาปัญญามาให้ทันท่วงที ถ้าจะเปรียบเทียบกันลืมก็ว่า ปัญญาเปรียบเหมือนอาวุธ เช่น ดาบหรือปืน เป็นต้น ที่จะใช้ฆ่าศัตรู; นี่คือปัญญา สติเปรียบเหมือนการไปหยิบเอามาใช้ให้ทันท่วงที; ถ้าดาบหรือปืนนั้นไม่รู้ว่าอยู่ที่ไหนเอาไปซ่อนไว้ที่ไหนก็ไม่รู้ ไม่อาจนำมาใช้ได้ทันท่วงที; อย่างนี้มันก็ไม่มีประโยชน์ เพราะฉะนั้นปัญญาที่ไม่มีสติเป็นเครื่องมือ จึงไม่มีประโยชน์ รู้ท่วมหัวก็ไม่มีประโยชน์ เอาตัวไม่รอด; เอาตัว

รอดได้ก็เฉพาะสติที่เอามาใช้ได้ทันท่วงทีเท่านั้น แต่ในบางกรณีเรารวมใช้เป็นอันเดียวกันไม่แยกกัน; สติก็เป็นสมาธิ ปัญญาก็เป็นปัญญารวมเป็นอันเดียวกันใช้ไปเลย; โดยมากเรารู้สึกกันแต่เพียงอย่างนี้ เมื่อเราพูดว่าเรานึกได้ทันท่วงทีนั้น **คือเรามีทั้งสติและทั้งปัญญา ไม่ใช่มีแต่สติหรือไม่ใช่มีแต่ปัญญา; ความนึกได้นั้นเป็นสติ สิ่งที่เป็นตัวความนึกนั้นเป็นปัญญา ตัวความคิด ความรู้ ความจริง ฯลฯ ที่นึกขึ้นมาได้ ส่วนนี้แหละเป็นปัญญา** เพราะฉะนั้นสติและปัญญาเป็นของมีอยู่แล้ว กิริยาที่เพ่งนึกนั้นเป็นศีล การบังคับตัวให้นึกนี้เป็นศีล ความที่นึกได้นั้นเป็นสมาธิ สิ่งที่เป็นความจริงในตัวความนึกนั้นเป็นปัญญา ฉะนั้นการปฏิบัติเพียงเท่านี้จึงมีทั้งศีล สมาธิ ปัญญา ไม่ต้องมี



พิธีรีตองอะไร; แต่กลับเป็นศีล สมาธิ ปัญญา ที่แท้จริง ฉะนั้นจึงเอาตัวรอดได้

พระพุทธเจ้าท่านตรัสตอบคำถามของคนธรรมดาด้วยการพูดจากันอย่างธรรมดา; ท่านจึงตรัสว่า จงมีสติเห็นโลก โดยความเป็นของว่างอยู่ทุกเมื่อ ทุกเมื่อนี้มันต้องระวังให้ทุกเมื่อจริง ๆ จึงจะเป็นศีล ความที่ปักใจจะควบคุมอะไรสักอย่างหนึ่งนั่นแหละเรียกว่าศีล เช่น เราจะควบคุมไม่ให้ฆ่าสัตว์ ไม่ให้ลักทรัพย์ ไม่ให้ประพฤติผิดในกาม ฯลฯ ความควบคุมนี้เรียกว่าศีล การที่เราจะควบคุมจิตของเราให้มีสติและให้มีปัญญา จึงมีทั้งศีล ทั้งสมาธิ ทั้งปัญญา เหมาะสมที่สุด กลมกลืนกันที่สุด และรุนแรงที่สุด ที่จะทำให้เห็นโลกโดยความเป็น



ของว่างอยู่เสมอ; อะไรเข้ามาก็ไม่ให้จิตสูญเสียความว่าง กลายเป็นคลื่นกระเพื่อมขึ้นมาเป็นราคะ เป็นโทสะ หรือเป็นโมหะ แล้วก็เผาจิตนั้นเองให้เร่าร้อน ซึ่งเป็นผลของความไม่ว่าง นี่แหละเรื่องของความว่างและความวุ่น มีใจความอย่างนี้; ถ้าเข้าใจใจความอย่างนี้ได้นับว่าเป็นการดี รายละเอียดปลีกย่อยอย่างอื่นไปหาศึกษาเพิ่มเติมได้ สนทนากันก็ได้

ทบทวนกันลืมอีกทีก็ว่า โลกนี้เป็นของว่างอยู่ตามธรรมชาติ โลกนี้ คือสารพัดสิ่งอะไรทั้งหมดที่มนุษย์รู้จัก รวมทั้งตัวมนุษย์เอง เรียกว่าโลก; การงานและผลของการงานก็รวมอยู่ในคำว่าโลก โลกนี้เป็นของว่าง ว่างเพราะเหตุไร? ทำไมจึงเรียกว่าว่าง? ก็เพราะมันไม่มี

อะไรในนั้นที่ควรจะถือว่าเป็นตัวตน หรือเป็นของตน; มันเป็นเรื่องไหลเรื่อย ปรุงแต่งเรื่อย เป็นเหตุปัจจัยเท่านั้น เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่างเดียว ไหลเรื่อยอย่างนี้ ไม่มีตัวตนที่ไหนอย่างนี้ จึงเรียกว่าโลกนี้ว่าง ตัวบทของมันว่า ว่างจากตัวตน ว่างจากของตน ว่างจากสิ่งที่ควรจะถือว่าเป็นตัวตน ว่างจากสิ่งที่ควรจะถือว่าเป็นของตน นี่คือว่าง

ทีนี้เมื่อจิตซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของโลก, บางส่วนของโลก ถูกอารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส ฯลฯ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของโลกมากระทบ กระทบกันเองนั่นแหละ ส่วนหนึ่งของโลกกับอีกส่วนหนึ่งของโลกกระทบกันเอง



ส่วนหนึ่งของโลก คือ จิตหรือร่างกายเรานี้ อีกส่วนหนึ่งของโลก คือ รูป เสียง กลิ่น รส ฯลฯ มากระทบกันเข้าแล้ว; มันก็เหมือนกับลมกระทบผิวน้ำ ที่เรียบเหมือนกระจกให้เกิดเป็นคลื่นเป็นลอนขึ้นมาในลักษณะต่าง ๆ กัน บางทีก็เป็นไปในรูปที่เรียกว่าราคะ บางทีก็เป็นไปในรูปที่เรียกว่าโทสะ บางทีก็เป็นไปในรูปที่เรียกว่าโมหะ นี่เรียกว่า สูญเสียความว่าง สูญเสียความปกติ สูญเสียภาวะเดิมเสียแล้ว; กลายเป็นภาวะใหม่เสียแล้วชั่วคราว ชั่วขณะ ถ้าเป็นราคะก็ร้อน อย่างเป็นราคะ ถ้าเป็นโทสะ ก็ร้อนอย่างโทสะ ถ้าเป็นโมหะ ก็ร้อนอย่างโมหะ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า เป็นไฟทั้งนั้น จนกว่ามันจะสงบไปในตัวมันเอง แต่ทีนี้มันทน



ไม่ไหว กว่าจะสงบไปในตัวมันเอง เราก็แย่แล้ว เพราะมันมาใหม่เรื่อย ไม่มีที่สิ้นสุด ให้ไปดูในทะเล ลมก็พัดมาเรื่อย คลื่นก็เกิดเรื่อยไม่มีที่สิ้นสุด ถ้าในจิตเป็นเช่นนี้อยู่เรื่อย ก็คือตกนรกทั้งเป็นตลอดเวลาทนไม่ไหว ต้องหาวิธีทำให้จิตว่างอยู่ตามเดิม สู่สภาพเดิม คือให้จิตฉลาดขึ้นมาตามเดิมว่า; **โลกนี้เป็นของว่าง ไม่ยึดถืออะไร ว่าเป็นตัวตนหรือของตน; ราคะ โทสะ โมหะ ที่กำลังเกิดอยู่ ก็ดับวูบไปทันที ถ้ามีสติพอ มันไม่มีทางจะเกิดใหม่ เราก็สบาย ได้รับสิ่งที่เรียกว่า บริสุทธิ์สะอาดที่สุด สว่างไสว แจ่มแจ้งที่สุด สงบเยือกเย็นที่สุด ที่เรียกว่า สาม ส. อาตมาใช้คำสั้นๆ ให้จำง่ายๆ ว่า สาม ส. ส.หนึ่ง คือสะอาด ส. หนึ่งคือสว่าง, ส. หนึ่งคือสงบ** ขณะใดมีสาม ส. ในจิตใจขณะ



นั้น สบายที่สุด เป็นยอดสุดของความสุข เป็นสิ่งดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้

ทีนี้ก็ให้ระวังเรื่อง สาม ก. ซึ่งเป็นข้าศึกแก่กัน มีอันตรายอย่างยิ่ง ก็คือ สาม ก. ก. คือกิน นี่เรื่องกิน ต้องระวัง หลังจากเรื่องกินแล้วก็เรื่องกาม หลังจากเรื่องกามแล้วก็เรื่องเกียรติไปจำแนกดู

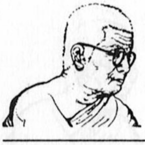
เรื่องกินนี้ เป็นเรื่องใหญ่ที่มนุษย์มีปัญหามาก ถ้าไปยึดถือแล้ว ก็เป็นทุกข์อย่างยิ่ง; ถ้าไม่ยึดถือ ก็แก้ปัญหาไปได้โดยไม่ต้องเป็นทุกข์

พอหมดเรื่องกิน แล้วก็เรื่องกาม คือ รูป

เสียง กลิ่น รส สัมผัส เหล่านี้พอมันครอบงำจิตเสียแล้ว มันก็เป็นปัญหาที่ยากมาก; ถ้าปล่อยให้มันเข้ามาถึงจิตแล้ว มันเป็นปัญหาที่ยากมาก ถ้ามันกระเด็นออกไปเสียได้ ตั้งแต่ทีแรกกระทบ เพราะเรามีความรู้ มีปัญญาพอ; มันก็ไม่เป็นอะไร ไม่มีความหมายอะไร

ทีนี้เรื่องเกียรติ คนเราบางทีหลงใหลในเรื่องเกียรติยิ่งกว่าเรื่องกิน เรื่องกามก็มี แล้วแต่กรณี แล้วแต่บุคคล นี่มันก็เป็นปัญหาได้มากเหมือนกัน บางทีนอนไม่หลับตลอดคืน; เพราะกลัวจะเสียเกียรติอย่างโน้นอย่างนี้, หรือเพราะกลัวจะไม่ได้เกียรติอย่างโน้นอย่างนี้

ฉะนั้นจึงให้ระวังเรื่องสาม ก. นี้ ซึ่ง



เป็นเหมือนนรกเผาไหม้อยู่ในตัวมันเอง นี่ไม่ใช่ได้บอกว่า เราจะต้องเว้นเรื่องกิน กามและเกียรติ; แต่ว่าเราจะต้องเข้าไปเกี่ยวข้องสิ่งเหล่านี้ด้วยจิตที่ปกติ คือจิตที่ไม่ลุ่มหลงจนเกิดเป็นราคะ โทสะ โมหะ สิ่งเหล่านี้เลยกลายเป็นเครื่องมือหรือเครื่องใช้เล็ก ๆ น้อย ๆ เป็นบริวารไป ไม่มาเป็นนาย จิตที่มีสติสัมปชัญญะนี้เรียกว่า จิตว่าง คือว่างจากราคะ โทสะ โมหะ

ถ้าเราจะกินอาหาร เราก็ต้องกินด้วยจิตชนิดนี้, มันจึงไม่มีปัญหาเรื่องอาหาร ไม่ตะ-กละไม่ลำบากเรื่องถูกปากถูกลิ้น ฯลฯ เรียกว่ากินอาหารด้วยจิตว่าง ถ้าปล่อยไปตามเรื่องของกิเลส ก็เป็นการกินด้วยจิตวุ่น; มันก็มีปัญหาว่าอร่อยบ้าง ไม่อร่อยบ้าง โกรธคนโน้นบ้าง โกรธ



คนนี้บ้าง ตะกละบ้าง ฯลฯ

เรื่องการเกี่ยวข้องกับกามารมณ์ก็เหมือนกัน ต้องทำไปด้วยสติสัมปชัญญะ พระพุทธเจ้าไม่ได้ตรัสว่าบุคคลสามารถที่จะไม่เกี่ยวข้องกับกามารมณ์; ฉะนั้นจึงมีเป็นของธรรมดา แม้แต่พระอริยเจ้าที่เป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามีมีเหย้ามีเรือน มีสามี มีภรรยา แต่ว่าการเกี่ยวข้องกันในระหว่างเพศของพระอริยเจ้าเหล่านั้นทำไปด้วยสติสัมปชัญญะ ไม่ได้เกิดราคะ โทสะ โมหะ รุนแรงเหมือนของปุถุชน; ฉะนั้นมันจึงไม่มีผลในลักษณะที่เป็นเหมือนกับตกนรกทั้งเป็น ไม่เผาผลาญจิตใจเหมือนกับที่ปุถุชนคนโง่คนหลงได้รับ; เพราะฉะนั้นจึงต่างกันมาก **ถ้าจะต้องเกี่ยวข้องกับสิ่งที่เรียกว่า กาม ก็ต้อง**



เกี่ยวข้องด้วยสติสัมปชัญญะ ให้จิตว่างจากตัวตน ของตนอยู่ให้มากที่สุดที่จะมากได้; หรือแม้ว่าจะยังไม่หมดกิเลส แต่ในขณะนั้นก็พยายามอย่าให้มีกิเลส อย่าให้กิเลสขึ้นมาทำหน้าที่การงานก็แล้วกัน; ให้สติสัมปชัญญะอยู่แทน และควบคุมกิเลสไว้

ในเรื่องเกียรติยศชื่อเสียงก็เหมือนกัน ไม่ใช่เราจะหลีกพ้นจากเกียรติไปได้ มันเป็นของธรรมดาเกลื่อนกลาดไปในโลก แต่เราจะต้องมีสติสัมปชัญญะ ในการที่จะไม่ยึดถือเอามา; ถึงมันจะมาก็มาอย่างกระทบแล้วกระเด็นออกไป หรือว่าออกไปอยู่ข้าง ๆ หรือว่าตามที่ชาวโลกเขาสมมติ แต่ไม่เข้ามาในจิตใจของเรา; สิ่งที่เรียกว่าเกียรตินั้นก็หมดปัญหา ไม่ทำให้



เกิดความทุกข์ขึ้นมาได้

ฉะนั้นแม้จะเกี่ยวข้องกับเรื่องกิน เรื่องกาม เรื่องเกียรติ ก็มีสติสัมปชัญญะมันก็เลยไม่เกิดความทุกข์ ถ้าไม่ระวัง เรื่องกิน เรื่องกาม เรื่องเกียรตินี้ จะเป็นทางมาของความทุกข์; หรือเป็นตัวความทุกข์เองไปในที่สุด; มันคือวุ่น ไม่ว่าง ตกนรกทั้งเป็น; เพราะไม่เห็นว่า เรื่องกิน เรื่องกาม เรื่องเกียรติ นี้เป็นของว่าง; เพราะเรื่องกิน เรื่องกาม เรื่องเกียรตินี้มันก็รวมอยู่ในคำว่าโลก; และก็ได้บอกแล้วว่าโลกนี้เป็นของว่างโดยประการทั้งปวง ทีนี้เมื่อไปหลงว่า ไม่ใช่ของว่าง ก็คือเป็นของยึดถือ พอเรื่องกิน เรื่องกาม เรื่องเกียรติมากระทบจิต จิตก็กระเพื่อมเป็นราคะ โทสะ โมหะ, เพราะไม่

มองเห็นว่า เรื่องกิน เรื่องกาม เรื่องเกียรติ นั้นเป็นเรื่องว่าง; เพราะไม่มีปัญญาพอ หรือว่าเพราะมีสติไม่พอ ไม่ดึงเอาปัญญามาทันท่วงที ไม่รู้สึกว่าสิ่งเหล่านี้เป็นเรื่องว่าง เหมือนที่พระ–พุทธเจ้าตรัสว่า จงดูโลกโดยความเป็นของว่าง รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ หกอย่างนี้เป็นโลก นี่เป็นภาษาธรรมะ, ภาษาธรรมะเมื่อจะระบุไปยังสิ่งที่เรียกว่าโลกแล้ว ก็แจกเป็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมา–รมณ์หกอย่างนี้ คือสิ่งที่เรารู้สึกได้ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางผิวกาย ทางจิตใจ; นั่นแหละคือโลก ทั้งหมดนั้นเป็นของว่าง

ทีนี้ถ้าถามว่า ปฏิบัติอย่างไร เราจะต้องแบ่งออกเป็นตอนๆ คือ ในขณะปกติ ใน



เวลาที่ไม่มีอะไรมารบกวนอย่างนี้ หรือเวลาอื่นก็ตาม ที่ไม่มีอะไรรบกวน เราต้องเหลือบตาดูมันบ้าง คือพิจารณาดูมันให้เห็นเป็นของว่าง นั่นเอง อาตมาไม่อยากใช้คำว่าวิปัสสนาเสียแล้วเดี๋ยวนี้ เพราะว่ามันมีความหมายเลอะเทอะเป็นอย่างอื่นไปแล้ว จึงใช้คำว่า เหลือบตาดู มันบ้าง, การที่เหลือบตาดูมันบ้างนั่นแหละคือวิปัสสนา ดูว่าโลกนี้เป็นของว่างอย่างไร ดูมันให้ละเอียด ดูมันให้ลึกซึ้ง ดูมันในที่สงบสงัดจนเห็นชัดว่า โลกนี้เป็นของว่าง นี้เรียกว่า เรามีวิปัสสนา มีปัญญา แล้วซักซ้อมไว้เรื่อย ให้มันชำนิชำนาญไว้เรื่อยในทางนี้

ทีนี้ก็มีการ ทดสอบ ว่า ปัญญาอย่างที่ว่านี้ หรือวิปัสสนาอย่างที่ว่านี้ มันมาทันท่วงที

เมื่อเราเห็นรูปฟังเสียง ได้กลิ่น ลิ้มรส ฯลฯ หรือเปล่า ในชั้นแรกๆ เราจะเห็นว่า เราแพ้มันทุกที คือ มันมาช้าไปทุกที; มันรักเสียก่อน หรือมันโกรธเสียก่อนทุกที ทีนี้เราก็เร่งมันให้เร็ว พยายามฝึกสติ โดยวิธีไหนก็ตาม ที่เรียกว่าเป็นการฝึกสติ หัดสติให้สมบูรณ์ ไม่ให้ขี้เผลอ ไม่ให้ขี้ลืม ให้มากขึ้น และดีขึ้น

ข้อสุดท้ายก็คือ ถ้าได้เผลอไปบ้างในบางครั้งบางคราวแล้ว ก็ต้องเอามา ละอาย ให้มาก เอามา กลัว ให้มาก เอามาคิดนึกว่ามันเป็นสิ่งที่น่าละอายอย่างยิ่ง; นี่เรียกว่ามีหิริ เอามาคิดนึกดูว่า ในฐานะที่มันเป็นสิ่งที่น่ากลัวอย่างยิ่ง นี่เรียกว่า มีโอตตัปปะ; หิริโอตตัปปะนี้มากขึ้นเท่าไรแล้ว เราจะเผลอยากขึ้นเท่านั้น

ให้เปรียบเทียบกันดูกับเรื่องทางวัตถุที่เราไม่เผลอ เช่น ทำไมเราไม่เดินตกร่อง; นี่เพราะเข็ดขยาดที่หน้าแข้ง ถลอก เจ็บ, เราก็ไม่เดินตกร่อง แต่ทำไมเราจึงตกร่องชนิดนี้ นี่ก็เพราะเราไม่ระวังให้มากเหมือนอย่างนั้น มันจึงตกร่องบ่อยๆ คือ เกิดราคะ โทสะ โมหะบ่อยๆ; หรือว่าเพราะเราไม่กลัวให้มากพอ; หรือเหมือนอย่างว่า เราไม่ไปทำอะไรที่น่าละอายกลางถนนหนทางอย่างเด็ดขาด; นั่นก็เพราะเราละอายมาก ทีเรื่องอย่างนี้ทำไมไม่ละอายให้มาก; เรื่องไปมีจิตหลงรัก หลงเกลียด หลงใหลมัวเมา; ทำไมเราจึงไม่ละอายให้มากเหมือนอย่างนั้น เหตุผลมันง่ายๆ เพราะเราไม่กลัวให้มาก, ไม่ละอายให้มาก และเพราะเราสนใจต่อเรื่องนี้น้อยเกินไป เราไปสนใจเรื่องอื่นเสียหมด



เรื่องนี้จึงไม่ได้รับโอกาส ไม่ได้รับความเป็นธรรมพอ

ฉะนั้นเราต้องให้เวลา ให้โอกาสแก่เรื่องนี้บ้าง คือแบ่งเวลา แบ่งโอกาสมาทำวิปัสสนา คือ เหลือบตาดูโลกในลักษณะที่เป็นของว่างอยู่บ่อย ๆ ให้มากพอกัน; มันก็จะกลายเป็นของง่าย ไม่ยากเหมือนที่เคยนึกกันที่แล้ว ๆ มาเรามองธรรมะเป็นของยาก เราให้ความสนใจแก่มันนิดเดียว; แล้วเราจะเอาประโยชน์จากมันให้มาก ๆ มันไม่ยุติธรรม ลองให้ความสนใจธรรมะให้มากเหมือนที่เราหาเงินหาทอง; ถ้าให้ความสนใจมันมากเช่นนั้น การมีธรรมะก็จะเป็นของง่ายเหมือนเรื่องหาเงินหาทอง คือหาได้มากเหมือนกับหาเงินหาทอง

ฉะนั้นควรจะคิดบัญชีเสียให้ตกว่า อะไรมีค่ามากกว่ากันอย่างไร

โดยที่แท้นั้นพระพุทธเจ้าทรงหวังว่า การหาเงินหาทอง หรือมีชีวิตอยู่ในโลกนี้นั้น อย่าได้มีความทุกข์เลย ก็คือให้เอาธรรมะผนวกเข้าไปด้วย; ให้ธรรมะเป็นเครื่องควบคุมชีวิตจิตใจอยู่ตลอดเวลา; ในขณะที่หาเงินหาทองก็ดี; ในขณะที่บริโภคผลของการหาก็ดี, ในขณะพักผ่อนก็ดี; ทำการงานก็ดี ฯลฯ ให้มีสติสัมปชัญญะว่าโลกเป็นของว่าง ควบคุมอยู่ตลอดเวลา; คือมีธรรมะควบคุมอยู่ตลอดเวลา มันก็จะได้รับแต่ส่วนที่ว่างของโลก คือ ไม่เป็นทุกข์



ถ้าไม่ทำเช่นนี้ก็จะได้รับแต่ส่วนที่ไม่ว่างมาก คือมันปรุงเป็นความไม่ว่าง แล้วก็เป็นทุกข์; เหมือนกับกินปลาโดยไม่ระวัง กินก้างเข้าไป ก้างก็ต้องติดคอ แล้วเป็นทุกข์ ถ้าฉลาดและมีสติสัมปชัญญะพอ ก็กินแต่เนื้อปลาไม่กินก้าง ก็ไม่เกิดความทุกข์ ฉะนั้นถ้าเรารู้จักข้อที่โลกนี้เป็นของว่าง; จิตนี้เป็นของว่างอยู่แล้วไม่ต้องทำอะไร มันว่างอยู่แล้ว; ระวังแต่ให้มันว่างอยู่ตามเดิม ด้วยสติสัมปชัญญะและความรู้ที่ถูกต้อง ทีนี้ประกอบการงานก็ยิ่งสนุกสนานไม่มีทุกข์ มีเงินเก็บไว้ก็ไม่เป็นทุกข์ เพราะความห่วง ความวิตกกังวลจนนอนไม่หลับ หรืออะไรทำนองนี้ ทุกอย่างจะไม่มีความทุกข์เลย ถ้าธรรมะเข้ามาเกี่ยวข้อง ธรรมะก็คือว่าง สิ่งที่เรียกว่าธรรมะ คือ ธรรมชาติสี่อย่างนั้นเป็นของ



ว่างอยู่แล้ว สิ่งที่เรียกว่าว่าง ก็คือธรรมะ ธรรมะ คือว่าง, ว่างคือธรรมะ ถ้ามีธรรมะ ก็คือมีว่าง

ขอให้จำไว้ด้วยว่า คำพูดคำเดียว คำเดียวแท้ๆ พยางค์เดียวแท้ๆ นี้ แสดงความจริง หรือสัจธรรมทั้งหมด; คำๆ นี้ คือคำว่าว่าง

นักปรัชญาชาวจีนคนหนึ่งเขาเขียนไว้เป็นหนังสือจีน แปลเป็นไทยว่า คำพูดคำเดียวเป็นสิ่งที่เพียงพอแล้วสำหรับเปิดเผยสัจธรรมทั้งหมด A single word is sufficient to reveal the truth. คำๆ นี้ คือคำว่าว่าง พยางค์เดียว

ถ้าเอาไปคิด ก็จะเห็นจริงที่สุดว่า ว่างนี้ คือ สัจธรรมทั้งหมด ไม่ว่าข้อไหนในพุทธศาสนา รวมอยู่ในคำว่า ว่าง ถ้าผู้ใดมองดูโลกโดยความเป็นของว่างแล้ว ตัวตนย่อมไม่มี ของตนย่อมไม่มี จิตไม่ได้แบกอะไรไว้ เป็นจิตว่าง จึงสบาย

มีคำพูดอย่างหนึ่งสำหรับบุคคลขั้นนี้ เมื่อจิตใจหรือบุคคลที่มีจิตใจสูงถึงขั้นนี้แล้ว "ฉันไม่ได้เป็นโลก แต่โลกมันมาเป็นฉัน" ฟังถูกหรือไม่ถูก เอาไปคิดเอาเอง **เรา–ฉัน หรือเราไม่ได้เป็นโลก โลกต่างหากมันมาเป็นฉัน โลกคำหลัง หมายถึงคนโง่ ชาวโลก ปุถุชน มาสมมติให้เป็นฉันขึ้นมา** สะเออะมาเป็นฉัน ทั้ง ๆ ที่ฉันไม่ได้เป็นโลก; คือ ธรรมชาติเป็นของว่าง แต่คน



โง่ไปเอาธรรมชาติมาเป็นตัวฉันของฉัน นี่แหละผลที่สุด ทำให้เราอยู่เหนือโลก ฉันไม่ได้เป็นโลก คือ ฉันอยู่เหนือโลก; แต่คนโง่เหล่านั้นมาเอาฉันให้ไปเป็นโลก หรือโลกนั่นแหละมาเอาฉันให้ไปเป็นโลกนี่คือความรู้สึกของพระอรหันต์หรือผู้หลุดพ้นมองดูโลกโดยสายตาเห็นอย่างนี้; ฉะนั้นจึงเรียกว่า อยู่เหนือโลก

จงเข้าใจคำว่า "อยู่เหนือโลก" กันเสียบ้าง, ไม่ต้องขึ้นเรือบินไปไหน ไม่ต้องหนีไปไหน, อยู่อย่างนี้แหละ แต่ว่าอยู่เหนือโลก คือจิตใจอยู่เหนือโลก และจงเข้าใจคำว่า "ว่าง" กันเสียบ้าง คำว่า "ว่าง" นี้ไม่ได้หมายความว่าไม่มีอะไรเลย; แต่ยอมรับว่ามีหมดทุกอย่าง ในธรรมชาติสี่ประเภทนั้นมีหมดทุกอย่าง แต่โลก



ว่างเพราะไม่มีอะไรที่จะเป็นตัวตน ของตน จิตว่างก็เพราะว่า ไม่ไปหลงโลกจนเกิดราคะ โทสะ โมหะ ขึ้นมานี้ เรียกว่า จิตว่าง โลกว่าง ก็ไม่มีตัวตน ของตน จิตว่างก็ไม่มีราคะ โทสะ โมหะ; คำว่า ว่าง หมายความอย่างนี้ ถ้าพูดว่า ว่างแล้ว หมายว่าไม่มีอะไรนั้น เป็นความว่างของเด็ก ๆ เป็นความรู้สึกนึกคิดอย่างเด็ก ๆ แต่การมองให้เห็นว่าเป็นของว่าง ก็ยังดีกว่าเห็นว่ามีอะไรมาก ๆ; เพราะความว่าง ความไม่มีอะไรนี้มันก็เป็นความจริงอยู่ส่วนหนึ่งเหมือนกัน; แต่คนไม่กล้าคิดไปในทำนองว่าว่าง เพราะเขาเคยชินมาตั้งแต่เล็ก ยึดถือแต่เรื่องจะมีนั่นมีนี่ รักนั่น รักนี่ เกลียดนั่น เกลียดนี่; พอพูดว่าว่างก็กลัว สะดุ้งกลัว มีจิตใจกลัว เหมือนกลัวตาย กลัวคำว่าว่าง เหมือนกับกลัวความตาย ก็เข้าใจ

คำว่า ว่าง นี้ไม่ได้ แล้วก็เลยไม่สนใจคำนี้อีกต่อไป เลิกกัน เขาจึงไม่ได้รับสิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้ คือ ไม่รู้เรื่อง ความว่าง ขึ้นไปตามลำดับ ๆๆ จนถึงว่างที่สุด คือ นิพพาน; **พุทธภาษิตว่า นิพฺพานํ ปรมํ สุญฺญํ–ว่างอย่างยิ่งนั่นแหละ คือ นิพพาน ก็ได้ยินได้ฟังกันอยู่ทุกคน แต่ไม่เข้าใจ**

ว่างเด็ดขาดก็เป็นพระอรหันต์ ว่างไม่เด็ดขาดก็อย่างที่พระอริยเจ้ารอง ๆ ลงมา แม้แต่เราปุถุชนธรรมดาชั้นดีหน่อยก็ยังมีว่างอยู่บ้าง ถ้าว่างเด็ดขาด ก็ไม่มีทุกข์เลย ก็เป็นนิพพาน; ถ้าว่างไม่เด็ดขาด ยังกลับไปกลับมาอีก ก็เป็นพระอริยเจ้ารอง ๆ ลงมา กระทั่งเป็นปุถุชนชั้นดี นี่ก็ยังดีกว่าไม่ว่างเสียเลย; ฉะนั้นถ้าเห็นโทษ



ของความวุ่นอยู่ ก็รักความว่างมากขึ้น คือ พอใจในความว่างมากขึ้น ก็คือ พอใจในนิพพาน ดังนั้นในมุมกลับ เราดูที่ความวุ่นก็ได้ ดูที่ความทุกข์ทรมานนี้ก็ได้ แล้วจิตจะน้อมไปหาความว่างเอง การทำวิปัสสนานั้น ดูที่ความทุกข์ก็ได้ หรือจะดูนิพพาน คือความว่างเป็นอารมณ์ก็ได้; สลับสับเปลี่ยนกันไปตามความเหมาะสม นี่เรียกว่า เป็นผู้รู้พระนิพพาน คือสิ่งที่ ว่าง ถึงที่สุด เป็นชิมลองไปก่อน แล้วจึงค่อยๆ แน่นแฟ้นมากขึ้น

เรานั่งหรือนอนอยู่ในที่ที่มีอะไรมากลุ้มรุมให้เราเกิดความยึดถือ เราก็รู้สึกไม่สงบเย็น ไม่สะอาด ไม่สว่าง พอเราไปในที่ที่ไม่มีอะไรยั่วความยึดถือ เช่น ไปที่ชายทะเล ที่ภูเขา ไปใน



ป่า ในดง ฯลฯ มันไม่มีอะไรยั่วให้เกิดความรู้สึกที่เป็นความวุ่น; เราก็รู้สึกสบายอย่างบอกไม่ถูก นี่มันเป็นตัวอย่างหรือเป็นพยานที่เพียงพอแล้วว่า เรื่องว่าง นั้นถูกแน่; มันว่างได้เพราะไม่มีอะไรมาเป็นเหตุให้เรายึดถือ คือ ไม่มีอะไรมาทำให้จิตกระเพื่อมเป็นราคะ โทสะ โมหะ เราจึงว่างอยู่ เราจึงสบาย ฉะนั้นการเสพคบกับที่สงัด เช่น ป่า ภูเขา หรือทะเล ฯลฯ ได้บ้างนี้ดี ช่วยให้ได้ชิมลองความว่าง; ถ้าเกิดติดใจก็จะขวนขวายต่อไปเรื่อย ๆ ก็จะเข้าใจสิ่งเรียกว่าความว่าง ขึ้นมาได้โดยไม่รู้สึกตัว ฉะนั้นการไปเที่ยวป่า ทะเล ภูเขาบ่อย ๆ อย่างนี้ดี นอกจากพักผ่อนทางร่างกายแล้ว มันยังสอนเรื่องความว่างนี้ไปในตัว **แต่ถ้าคนนั้นหลับหูหลับตามากเกินไป ก็ไม่อาจได้ยินคำสอนเหล่านี้; คล้าย ๆ กับ**

ว่า ธรรมชาตินั้นบรรเลงเพลงที่ไพเราะอยู่เสมอ เต่าหรือแรดมันก็ไม่ได้ยิน ก้อนหิน ต้นไม้ ฯลฯ ก็แสดงธรรมชาติอยู่เสมอ เต่าหรือแรดนี้ก็ไม่ได้ยิน; เว้นไว้แต่จะได้แก้ไขให้พ้นไปจากความเป็นเต่าเป็นแรด ก็จะได้ยิน ก้อนหิน ต้นไม้ ทะเล ภูเขา ฯลฯ แสดงธรรมอยู่เสมอ บรรเลงเพลงที่ไพเราะ คือ เรื่องว่าง ไม่มีทุกข์เลยอยู่เสมอ แล้วก็จะกลายเป็นบุคคลอีกประ–เภทหนึ่ง คือทุกข์กับใครไม่เป็น

รวมความแล้วก็เรียกว่า ในตัวความว่างนั่นแหละเป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระธรรม เป็นพระสงฆ์อยู่แล้ว ฟังดูให้ดี ในตัวความว่างนั่นแหละเป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระธรรม เป็นพระสงฆ์อยู่แล้ว; คือเป็นผู้สอน เป็นสิ่งที่ถูก



สอน และเป็นตัวอย่างของผู้ที่ปฏิบัติสำเร็จแล้วให้ดู ฉะนั้นเราไม่ต้องไปหาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ที่ไหน หาพบได้ในความว่าง **ในตัวความว่างนั้นเป็นการบริจาคทานอย่างยิ่งอยู่แล้ว เพราะไม่มีอะไรเหลือเป็นของของเราหรือตัวเรา จึงเป็นการบริจาคทานอย่างยิ่ง;** และเป็นโลกุตตรศีล โลกุตตรสมาธิ โลกุตตรปัญญาอยู่แล้ว เพราะเป็นศีลจริง สมาธิจริง ปัญญาจริง เพราะอำนาจของความว่างอยู่แล้ว

จึงพูดได้ว่า ในคำว่า "ว่าง" คำเดียวเท่านั้น ย่อมแสดงสัจธรรมทั้งหมด ผู้มีตา มีหูมีจิต มีใจ ก็เอาไปสนใจพิจารณาศึกษาดูมันให้ดีๆ ถ้าสมมติว่าจะไปสวนโมกข์ อย่าคิดว่าจะไปดูหนัง ให้คิดว่าจะไปฟังก้อนหิน มันพูด

ต้นไม้มันพูด ลำธารมันพูด นี่แหละจะได้อะไรๆ ที่ดีกว่ามีอยู่ในโรงหนัง คือ ความว่าง ที่เป็นพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นทาน เป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญา เป็นทุกอย่าง; หรือจะไปที่ภูเขาไหนก็ตาม ไปที่ชายทะเลไหนก็ตาม พยายามไปเถอะจะได้ดื่มรสของความว่าง **ใกล้ชิดกับความว่าง สมรสกับความว่าง แล้วจะก้าวหน้าได้เร็วที่สุด ได้สิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้ ทันแก่ชีวิตนี้** ส่วนอาชีพการงานอื่นๆ นั้นต้องพิจารณาไปในแง่ว่า มันต้องไม่เป็นทุกข์; ถ้าเป็นทุกข์แล้วป่วยการทำ ถ้าจะทำไม่ให้เป็นทุกข์ ต้องเอาความว่างเข้ามาด้วย เราต้องศึกษาความว่าง เพื่อทำให้ชีวิตและการงานไม่เป็นทุกข์



ถ้าจะตั้งปัญหา "มีเงินทำไม?" ตอบว่า "เพื่อให้ชีวิตนี้สะดวกสบาย" "สะดวกสบายไปทำไม?" ก็จะต้องตอบว่า "เพื่อให้มีชีวิตอยู่ไม่ตาย เพื่อได้สิ่งที่ดีที่สุดที่มนุษย์ควรจะได้" แล้วมันก็หนีความว่างไปไม่พ้น

เพราะฉะนั้นเราอย่าไปสนใจในเรื่องการงานเสียจนหมดเวลา จนไม่มีเวลามาสนใจเรื่องความว่าง แล้วปัญหาก็จะหมดไป ไม่ต้องมาถามเหมือนอย่างที่ถามเมื่อเข้ามาทีแรกว่า "ทำอย่างไรจึงจะว่าง?"

คัดจาก ธรรมเทศนา ที่แสดง ณ สวนอุศม พระโขนง กรุงเทพฯ วันที่ ๘ มกราคม ๒๕๐๙

สำนักพิมพ์ลายกนก...

ขอเสนอหนังสือใหม่ล่าสุดที่เพื่อนนักอ่านควรเป็นเจ้าของ

จิตว่าง

“ทำงานด้วยจิตว่าง”



พุทธทาส ภิกขุ

จิตจะวุ่นหรือว่าง
มันแล้วแต่ไปมองโลกในลักษณะอย่างไร
มองโลกผิด จิตก็เป็นของวุ่นขึ้นมา
มองโลกถูก จิตก็ว่างอยู่ตามเดิม
ทำอะไรไปได้โดยไม่มีความทุกข์

เป็นอยู่ ด้วยจิตว่าง

จงทำงาน ทุกชนิด ด้วยจิตว่าง
ยกผลงาน ให้ความว่าง ทุกอย่างสิ้น
กินอาหาร ของความว่าง อย่างพระกิน
ตายเสร็จสิ้น แล้วในตัว แต่หัวที

ท่านผู้ใด ว่างได้ ดังว่ามา
ไม่มีท่า ทุกข์ทน หม่นหมองศรี
"ศิลปะ" ในชีวิต ชนิดนี้
เป็น "เคล็ด" ที่ ใครคิดได้ สบายเอย ฯ

ISBN 974-89799-1-1
9 789748 979915

ราคา 65 บาท